

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

01.09.2025 (понедельник)

Краснотурынский ДОУ 3-7 л. 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	203,1
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	5,59	7	47,82	315,2

Завтрак 2

930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	55

Обед

1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22	102,2
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	180	4	4	11,34	113,8
907	Гёфтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	22,76	21	88,96	721

Полдник

1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
914,02	Снежок	200	5,8	6	8	118
Итого за Полдник		250	9,18	10	31,75	303
Итого за день		1 400	37,64	38	181,89	1 394,2

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

02.09.2025 (вторник)

Краснотурынский ДОУ 3-7 л. 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	22
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	8
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	6
Итого за Завтрак		400	7,71	9	62,01	37

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	4
Итого за Завтрак 2		100			11,2	4

Обед

817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14	6
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28	7
893,01	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	22,74	2
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	5
Итого за Обед		650	18,82	20	75,54	59

Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	5
Итого за Полдник		250	2	15	42,22	3
Итого за день		1 400	28,53	44	190,97	13

Согласовано  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 03.09.2025 (среда)
 Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
--------------------	--------------------	---------	---------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	6,09	7	36,37	229,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		400	10,34	10	65,63	411,6

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3

Обед

835	Помидоры порционно	50	0,55		6,88	61,9
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
910	Запеканка картофельная с печенью @	180	14,69	9	31,78	290,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	27,94	17	76,11	625,2

Полдник

1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		7,28	38,9
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Полдник		255	6,76	5	20,23	175,1
Итого за день		1 405	45,38	32	175,78	1 276,2

Согласовано  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 04.09.2025 (чет)
 Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ
--------------------	--------------------	---------	---------	--------	-----------------	----

Завтрак

851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	5,61	5	27,77	1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	8
Итого за Завтрак		400	8,55	15	51,93	4

Завтрак 2

925	Напиток апельсиновый или мандариновый	100	0,07		10,12	4
Итого за Завтрак 2		100	0,07		10,12	

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	50	0,75	3	4,56	
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур. @	200	2,3	3	18,92	1
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	130	13,23	13	12,81	2
930,1	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	
Итого за Обед		620	19,82	20	82,48	

Полдник

1 066,01	Сырники @	60	4,2	4	9,15	
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	
Итого за Полдник		260	4,41	4	37,69	
Итого за день		1 380	32,85	39	182,22	1

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

05.09.2025 (пятница)

Красноярский ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ репепт уры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
--------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
Итого за Завтрак		450	17,93	16	54,27	440,9

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36	63,4
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		680	24,04	18	96,79	653,3

Полдник

1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	1,9	1	23,77	140,3
Итого за день		1 480	43,87	35	186,03	1 282